











Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 13. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	<b>T</b> Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	<b>E</b> Frankfurti leves ovi* T.M.	327,98	78,46	2,71	3,02	0,34	9,91	0,00	0,37		
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40	 	
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	<b>U</b> Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	4 959,76	1 186,54	21,48	31,00	7,14	201,64	51,38	3,18	





2023. 11. 14. kedd (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69		
		Lencsefőzelék O* T.M.	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82	  	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Uborka(kígyó)		9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
Összesen:		6 664,24	1 200,05	54,16	81,67	47,81	159,34	17,54	5,34			
2023. 11. 15. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	  	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Zöldborsóleves cs.májjal O*TM	523,21	125,17	9,51	5,06	0,86	10,12	0,00	0,89	 	





2023. 11. 15. szerda (00493) Tej-és tojásmentes													
E	Édes-savanyú csmell csíkok O*T	555,18	132,82	15,24	5,33	0,68	5,65	2,23	0,69				
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80				
	U Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
	Ropogós kenyér 200g	1 450,00	346,89	10,00	2,70	0,50	61,00	1,50	1,20				
Összesen:		5 456,57	1 301,48	49,35	34,43	7,27	187,03	22,56	4,96				
2023. 11. 16. csütörtök (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00				
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	E Gombaleves O* magyaros	339,69	81,27	2,83	4,81	0,54	6,51	0,00	0,83				
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89				
	Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83				
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39				
	U Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
	Összesen:		4 665,02	1 070,50	35,84	45,43	12,38	137,19	20,74	5,31			





2023. 11. 17.

péntek

(00493)  
Tej-és tojásmentes 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01			
	Méz	205,13	49,07	0,06	0,00	0,00	12,15	12,15	0,00			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Fokhagyma krémleves O*TM	204,29	48,87	0,90	2,90	0,34	4,73	0,20	0,15		
		Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91		
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75		
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16		
Összesen:		4 468,08	1 068,91	29,69	31,39	7,57	164,40	34,32	3,43			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

